



تضمینی برای حفظ اطلاعات بیماران نیست
محمد رئیس زاده، رئیس سازمان نظام پزشکی، در حال حاضر و با مکانیسم کنونی فروش دارو در پلنترم‌ها، تضمینی برای حفظ این اطلاعات وجود ندارد که این موضوع در تضاد با اخلاق پزشکی و اخلاق دارویی است.



همه بیمه شدگان بیمه سلامت ایران
محمدهدی ناصحی، مدیرعامل سازمان بیمه سلامت، تاکنون بیش از ۳۲ میلیون نفر در سازمان بیمه سلامت تحت پوشش بیمه رایگان قرار گرفته‌اند که بخشی از این افراد دارای بیمه روستایی بوده‌اند و بخشی در دهک اول جامعه از بیمه رایگان برخوردار هستند.

سلامت آرش نهاوندی؛ روزنامه‌نگار

دویدن، وزن شما را کاهش نمی‌دهد

نتایج یک تحقیق از دانشگاه اوبسکلا در فنلاند نشان می‌دهد که برخلاف تصور رایج، دویدن راه مؤثری برای کاهش وزن نیست. این مطالعه نشان داد در حالی که دویدن تأثیری بر کاهش وزن ندارد، اما اگر مداوم باشد می‌تواند از افزایش وزن و کاهش توده عضلانی جلوگیری کند.

به گزارش هلت‌لاین، در این تحقیق همچنین مشخص شد دوندگاران مسن‌تر و ورزشکاران استقامتی نسبت به افراد جوان‌تر که ورزشکاران قدرتی بودند یا از نظر بدنی فعال بودند، توده چربی کمتری داشتند. محققان همچنین دریافتند کسانی که در طول زندگی خود به تمرینات مقاومتی پرداختند نسبت به افرادی که در دوی سرعت و مسافت طولانی شرکت می‌کردند، بهتر توانسته بودند توده عضلانی خود را حفظ کنند. تمرین کنندگان قدرتی مسن‌تر علاوه بر این مقدار به طرز عجیبی توده عضلانی مشابهی با هم‌تایان جوان‌تر خود داشتند. نویسندگان این تحقیق در این باره توضیح دادند که به‌طور طبیعی هر چه سن بالایی‌تر چربی در بدن افراد افزایش می‌یابد و توده عضلانی بدن کم می‌شود. آنجا که مشخص است ورزش منظم می‌تواند به جلوگیری از این امر کمک کند، محققان تصمیم گرفتند به وضعیت جسمانی بدنی ورزشکاران رقابتی که با افزایش سن به ورزش ادامه داده‌اند، نگاه کنند. این به آنها اجازه می‌دهد مشاهده کنند چه بخشی از تغییرات در ترکیب بدن مختص پیری است و قابل پیشگیری نیست. به همین منظور محققان ۲ گروه سنی را بررسی کردند: جوان (۳۹-۲۰ سال) و مسن‌تر (۸۹-۷۰ سال). ورزشکاران مرد رقابتی افراد سالم و هم‌سن و سال در این مطالعه وارد شدند. نوع فعالیت‌های ورزشی هم در ۳ حوزه قدرتی، سرعتی و استقامتی طبقه‌بندی شدند.

پس از تجزیه و تحلیل داده‌ها، آنها دریافتند افرادی که مادام‌العمر ورزشکار بوده‌اند، نسبت به افرادی که فقط به‌طور تفریحی و موقت و غیرمداوم به فعالیت ورزشی می‌پردازند، چاقی سارکونی کمتری دارند. با این حال، حتی ورزشکاران مسن‌تر نسبت به افراد جوان‌تر مقداری افزایش در توده چربی داشتند که باعث شد محققان به این نتیجه برسند که ورزش نمی‌تواند به‌طور کامل اثرات پیری بر چربی و توده عضلانی را کاهش دهد، اما افرادی که ورزش می‌کنند به نسبت افرادی غیرورزشکار در سنین پیری توده عضلانی کمتری از دست می‌دهند و حجم کمتری از چربی خواهند داشت. دکتر سیمون واکر، نویسنده اصلی این مطالعه، در یک بیانییه مطبوعاتی گفت که این یافته‌ها به‌و کامل‌ترین برای ادامه دویدن انگیزه می‌دهد.

پاتک ترکیه‌ای به بوتاکس ایرانی

از ادعای بی‌اساس پزشکان ترکیه درباره بوتاکس‌های بی‌کیفیت ایرانی تا خطری که کیفیت زندگی متقاضیان را تهدید می‌کند

گزارش مریم سرخوش روزنامه‌نگار

ترکیه‌ای‌ها ادعا کرده‌اند که بوتاکس‌های ایرانی استاندارد جهانی بهداشت را ندارد و می‌تواند منجر به بروز عوارض شود. متولیان حوزه سلامت این ادعا را تأیید نمی‌کنند، اما اینکه ادعای ترک‌ها تا چه میزان مورد تأیید است یا خیر، یک سوی ماجراست و سوی دیگر ماجرا افزایش روزافزون تقاضا برای تزریق بوتاکس است که حالا به گروه‌های سنی ۱۴ تا ۱۸سال هم رسیده و عوارض احتمالی آن می‌تواند کیفیت زندگی‌شان را به شدت کاهش دهد. طبق گزارش گران‌دو ووی ریسرچ در ۲۰۱۸ میلادی بوتاکس با بیش از ۵ میلیون مصرف‌کننده، محبوب‌ترین روش زیبایی کم‌تهاجمی بوده و انتظار می‌رود گردش مالی بازار جهانی بوتاکس تا سال ۲۰۲۵، ۹.۷ میلیارد دلار برسد.

خطر بزرگ در بوتاکس

چند روز پیش بود که دکتر کیهان اولسوج، عضو انجمن مغز و اعصاب ترکیه در گفت‌وگو با روزنامه حریت اعلام کرد: «در برخی از بوتاکس‌هایی که شهروندان انجام داده‌اند، مواردی از نشتی چشم مشاهده شده است. استفاده در ناحیه نامناسب، استفاده از دوز اشتباه و نشت شدن بوتاکس به عضلات مختلف یا استفاده از یک محصول تقلبی و تأیید نشده از جمله بوتاکس ایرانی، می‌تواند عامل این عوارض جانبی باشد.» او همچنین تأکید کرده بود که ۳ برند بوتاکس مورد تأیید وزارت بهداشت ترکیه است و سایر محصولات از جمله محصولی به نام بوتاکس ایرانی تأیید نشده و از راه‌های غیررسمی وارد ترکیه می‌شوند. هم‌زمان رسانه cnntürk هم با تیتری تحت عنوان «خطر بوتاکس ایرانی» به این موضوع پرداخته و نوشته: «استفاده از محصولات غیرمجاز با منشأ ایرانی در بوتاکس می‌تواند عوارض جدی ایجاد کند. اکثر بوتاکس‌های تولید شده در ایران از استانداردهای جهانی بهداشت برخوردار نیستند و برخی از پزشکان ترکیه به دلیل قیمت بسیار ارزان‌تر، این مواد را از مرز به‌صورت قاچاق وارد ترکیه می‌کنند.»



عوارض تزریق بوتاکس تقلبی یا تزریق توسط افراد غیرمتخصص:
افتادگی پلک، فلج عضلات ناحیه تزریق، تخلیه چشم، تخلیه قسمتی از صورت، عفونت‌های جدی زیر پوستی، تاری دید یا مشکلات بینایی، علائم تنفسی، سردرد و ...

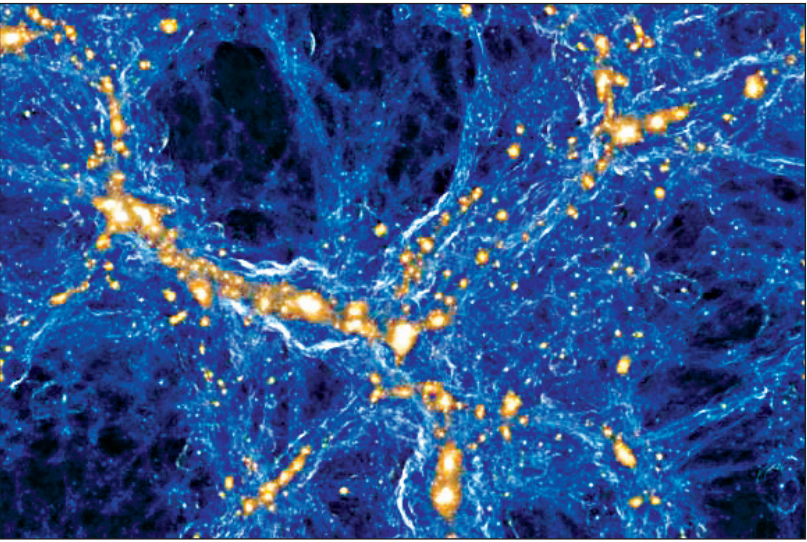
هزینه تزریق بوتاکس بین ۷۰۰۰۰۰ تا ۱۵۰۰۰۰۰ تومان است

گردش مالی بوتاکس
سخنگوی سازمان نظام پزشکی درباره ادعای رسانه‌های ترکیه در مورد مورد تأیید نبودن بوتاکس‌های ایران که می‌تواند برای مصرف‌کنندگان داخلی هم عوارضی ایجاد کند، می‌گوید: «سازمان غذا و داروی ایران، هیچ زمانی اجازه واردات محصولات تقلبی را نمی‌دهد و درباره محصولات تولید داخل هم بر این محصولات نظارت شدید وجود دارد، اما بوتاکس بیشتر در حوزه زیبایی مصرف می‌شود و طبیعتاً گردش مالی بالایی دارد. به همین دلیل مانند دیگر بازارهای اقتصادی می‌تواند با واکنش از سوی رقبای همراه باشد.» او البته تأکید می‌کند که سازمان غذا و دارو باید پاسخ دهد که انواع بوتاکس‌های تولید و پخش شده در کشور چقدر آسیمی‌ز بوده یا عوارض جانبی داشته است. اما در مجموعه نظام پزشکی تاکنون امار بالای گزارش و شکایت‌ها عوارض بوتاکس که از سوی متخصصان مورد تأیید و با محصولات مورد تأیید سازمان غذا و دارو انجام شده، وجود نداشته است.

مر موز، مانند ماده تاریک کهکشانی

اخترشناسان برای درک بهتر ماده تاریک کهکشانی به مدل‌سازی‌های کامپیوتری رو آورده‌اند

گزارش زهرا خلیجی روزنامه‌نگار



بیشتر کهکشان‌ها با ماده مر موز و ناشناخته‌ای احاطه شده‌اند که هنوز هم اخترشناسان را درگیر کشفیات بیشتر درباره ماهیت خود کرده است. این ماده که به آن ماده تاریک گفته می‌شود در شکل‌گیری کهکشان‌ها نقش اساسی دارد و به همین دلیل است که دانشمندان به دنبال کوچک‌ترین و درخشان‌ترین کهکشان‌ها هستند تا بتوانند دلیل محکم‌تری برای بیان داستان نقش ماده تاریک در ایجاد کهکشان پیدا کنند.

ماده تاریک چیست؟

برخلاف ماده معمولی، ماده تاریک بنا بر نیروی الکترومغناطیسی برهم‌کنش ندارد. این یعنی که نور را جذب می‌کند و بازتاب یا ساطع نمی‌کند و همین تشخیص آن را حتی با پیشرفته‌ترین تلسکوپ‌ها بسیار سخت می‌کند. در واقع محققان تنها از روی اثر گرانشی که به‌نظر می‌رسد بر ماده مرئی می‌گذارد، توانسته‌اند وجود ماده تاریک را استنباط کنند.

بازنگری در کهکشان

یک تیم بین‌المللی از ستاره‌شناسان به مدیریت «اسمدان نانوز» از دانشگاه لس‌آنجلیس در حال انجام شییه‌سازی‌های اولیه شکل‌گیری کهکشان‌ها هستند. برنامه‌های کامپیوتری آنها شرایط تولد‌های کهکشانی را مدتی پس از انفجار بزرگ دریایی می‌کند. آنها فعل و انفعالاتی را که پیش از این بین ماده تاریک و مواد اولیه کیهانی نادیده گرفته شده بود بازنگری کردند که شامل گازهای هیدروژن و هلیوم بود. نتیجه شییه‌سازی‌ها این بود که کهکشان‌های کوچک و درخشان‌تری به

نقش حیاتی جیمز وب

کلر ویلیامز به‌عنوان یکی از اعضای این تیم تحقیقاتی در مقاله خود به دانشمندان پیشنهاد کرده است از تلسکوپ جیمز وب برای جست‌وجوی کهکشان‌هایی بسیار درخشان‌تر از حد انتظار استفاده کنند. او نوشت: «اگر این کهکشان‌های بسیار روشن وجود داشته باشند، احتمالاً ثابت می‌کند که فعل و انفعالات در اوایل زمان کیهانی رخ داده است. اگر هیچ‌کدام را نتوان یافت، شاید دانشمندان همچنان فعل و انفعالات ماده تاریک را درک نکنند.» از آنجایی که مطالعه مستقیم ماده تاریک غیرممکن است جست‌وجوی این تکه‌های درخشان کهکشان‌های کوچک در کیهان اولیه می‌تواند آزمون مؤثری برای نظر به‌های ماده تاریک و نقش آن در شکل‌دهی نخستین کهکشان‌ها باشد.

عدد خیر

۱۸ سال

حداقل سن اهدای خون در شهروندان محسوب می‌شود. طبق اعلام سازمان انتقال خون، همچنین بیشترین سنی که شهروندان می‌توانند در آن اقدام به اهدای خون کنند، ۶۵ سال است. حجم هر کیسه انتقال خون ۴۰۰ تا ۴۵۰ سی‌سی است.

۱۰۷ بیماری

مشمول حمایت‌های صندوق حمایت از بیماری‌های خاص هستند. این بیماری‌ها شامل تالاسمی، هموفیلی، ام‌اس، بیماریان دیالیزی، موکولیلی ساکاریدوز، بال پروانه‌ای، انواع تیپ‌های اس‌ا‌ی و ... است.

به‌گفته مسئولان سلامت، بودجه این صندوق باید سال بعد ۲ برابر شود.

تکته روز

وزنه بزن، افسردگی را بکش

آرنولد شوارتزنگر، همیشه می‌گفت که تمرینات برای او، درجه‌ای برای خروج استرس‌ها و سلامت روان بیشتر است. ظاهراً که حرف این بدنساز مشهور، بنیه علمی هم دارد. به گزارش همشهری آنلاین، اخیراً تحقیقی انجام شده که نشان می‌دهد تمرینات مقاومتی برای مبارزه با اضطراب و افسردگی اثر گذار است. این تحقیق مشترک دانشگاه لیمریک ایرلند و دانشگاه ایالتی آیووا در آمریکا، نشان می‌دهد که جنبه درمانی این ورزش‌ها، بسیار قابل توجه‌تر از جنبه‌های سلامت جسمانی آنهاست. به‌گفته این پژوهشگران، تمرینات ورزشی مقاومتی حتی می‌تواند نوعی درمان جایگزین برای اضطراب و افسردگی هم باشند. تکته حائز اهمیت این ورزش‌ها، دم‌دست بودن آنهاست. البته این پژوهشگران اشاره کرده‌اند هنوز نمی‌دانند چه لحاظ، مکانیسم‌های روان‌شناختی باعث می‌شود تا چنین اتفاقی بیفتد. خلاصه این را می‌دانیم که در کنار فواید بی‌شماری که این دست ورزش‌ها دارند، می‌توانید روی ضدافسردگی و ضداضطراب بودن‌شان هم حساب باز کنید؛ همان چیزی که آرنولد و خیلی از بدنسازان شاخص دیگر گرفته‌اند.

خبر

آنتن ۳۴ متری

ناسا یک آنتن ۳۴ متری فرکانس رادیویی-اپتیکال هیبریدی، به نام ایستگاه فضایی عمیق ۱۲ را نصب کرده که امکان ارتباط هم‌زمان لیزری و رادیویی با اعماق فضا را ممکن می‌کند. این آنتن هیبریدی در مدت کوتاهی پس از راه‌اندازی توانسته با موفقیت و به‌شکلی قابل اعتماد سیگنال‌ها را شناسایی و ردیابی کند.

لزوم فعالیت استادان نخبه حول مسائل واقعی کشور

یاسین کیخا، معاون سرآمدان و نخبگان بنیاد ملی نخبگان می‌گوید: فعالیت استادان نخبه حول مسائل واقعی کشور باید باشد. او در این خصوص افزود: متأسفانه جهت بردار برآیند فعالیت اغلب استادان به سمت نیازها و چالش‌های کشورهای دیگر است. در سال‌های گذشته، مواجهه بنیاد با استادان فقط در طرح مرحوم کاظمی اشتیانی بود که در آن نیز استادان جوان صرفاً در ۳ سال اول مورد حمایت قرار می‌گرفتند.

شبکه اجتماعی

ایلان ماسک شهادت می‌دهد

دادگاه فدرال کالیفرنیا به «ایلان ماسک» دستور داد تا بار دیگر در تحقیقات کمیسیون بورس و اوراق بهادار ایالات متحده (SEC) درباره تصاحب ۴۴ میلیارد دلاری توئیتر شهادت دهد. به گزارش رویترز، طبق حکم دادگاه فدرال کالیفرنیا، رئیس تسلا و اسپیس ایکس یک هفته فرصت دارد تا با استامپتون بورس و اوراق بهادار (SEC) در مورد تاریخ و مکان ادای شهادت به توافق برسد. این در حالی است که ماسک از شرکت در نشست قبلی که در شهریور گذشته برگزار شد، خودداری کرده بود. کمیسیون SEC از سال ۲۰۲۲ در حال بررسی خرید توئیتر (ایکس کنونی) توسط ماسک است. در واقع تردید اصلی این کمیسیون درباره تأخیر ماسک در اعلام مقدار سهمی است که او ابتدا در توئیتر خریداری کرده بود. کمیسیون SEC در مهرماه از ماسک شکایت کرد تا او را اوارا کند تا به عنوان بخشی از تحقیقات درباره خرید ۴۴ میلیارد دلاری توئیتر شهادت دهد. این کمیسیون همچنین به دنبال دریافت شهادت او درباره این مسئله است که آیا او هنگام تکمیل مدارک مورد نیاز سهام توئیتر از قانون پیروی کرده یا اظهاراتی او درباره خرید این پلتفرم دقیق بوده است یا خیر. آن زمان وکلای ماسک گفتند که او در تحقیقات حاضر نخواهد شد چون این کمیسیون اطلاعاتی را در رسانه‌ها منتشر کرده است.

آگهی مناقصه عمومی
شماره ۱۴۰۲/۳

فرماندهی پشتیبانی قرارگاه نداجا

در نظر دارد نظافت و نگهداری فضای سبز منازل سازمانی و ستاد نداجا را از طریق مناقصه عمومی به مرحله اجرا در آورد، لذا از متقاضیان واجد شرایط دعوت می‌شود جهت دریافت اسناد مناقصه به نشانی ذیل مراجعه نمایند.

- ۱- مناقصه‌گزار: فرماندهی پشتیبانی قرارگاه نداجا
 - ۲- مبلغ برآورد: حدوداً ۵۲ میلیارد ریال
 - ۳- محل تأمین اعتبار: اعتبارات جاری
 - ۴- مبلغ تضمین شرکت در مناقصه: ۲/۶۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال
 - ۵- نوع تضمین شرکت در مناقصه: ضمانت‌نامه بانکی معتبر
 - ۶- مبلغ فروش اسناد: ۱۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال به حساب ۰۶۱۵۸۸۰۰۱۴۴۷۱۲ نزد بانک سپه شعبه کوکک به نام وجوه متفرقه دارایی نداجا
 - ۷- مهلت فروش اسناد: پس از درج آگهی در روزنامه، به مدت ۷ روز
 - ۸- مناقصه‌گزار در رد هر یک یا تمام پیشنهادهای مختار است.
 - ۹- پرداخت هزینه‌های آگهی در روزنامه به عهده برنده مناقصه خواهد بود.
 - ۱۰- شرکت‌های پیشنهاد دهنده بایستی دارای گواهی‌نامه صلاحیت پیمانکاری متناسب، ظرفیت خالی به مقدار برآورد و همچنین دارای گواهی‌نامه سمت باشند.
- نشانی:** تهران، میدان رسالت، انتهای خیابان نیروی دریایی، پایگاه پشتیبانی مرکز نداجا، ساختمان مهندسی تاسیسات پشتیبانی مرکز نداجا

با همشهری در تفریح دیده شوید
بذیرش آگهی ۱۸۱۹۰
تلفیقات مصیبتی ایستگاه‌های مترو
تلفیقات بندنه قطار
تلفیقات درون واگن‌ها